



BROWNIE DE BONIATO Y DÁTILES

Ingredientes

- 600 g de boniato
- 80 g de almendras molidas
- 100 g de harina de trigo sarraceno
- 14 dátiles Medjool
- 4 cucharadas de cacao crudo
- 3 cucharadas de jarabe de arce puro
- una pizca de sal

Preparación

1. Empezamos precalentando el horno a 180°C.
2. Pelamos los boniatos, los cortamos en trozos y los cocemos al vapor durante 15-20 minutos hasta que queden tiernos (lo mejor es pincharlos con un tenedor o un palillo y si este se hunde con facilidad ya están listos).
3. Trituramos el boniato cocido con los dátiles previamente deshuesados. Ponemos el resto de ingredientes en un bol grande y los mezclamos. Añadimos la mezcla de boniato y dátiles y removemos bien hasta obtener una pasta homogénea.
4. Forramos una bandeja de hornear con papel de horno. Ponemos en ella la mezcla que hemos preparado y la cocinamos unos 20 minutos o hasta que pinchando con un tenedor este salga limpio. Antes de cortar el brownie en cuadrados hay que dejar enfriarlo completamente.

[HTTPS://WWW.DIRECTOPALADAR.COM/](https://www.directopaladar.com/)